أهميـة العسـل وفوائده

أعدت هذا البحث وجمعته

أم عبدالله منى بنت أحمد الأسعد

« هذه الصفحـات في العسل ومنافعه ، جـمعتها الأخت الفـاضلة أم عبدالله بنت أحمد الأسعـد ، تتحف بها قراء مجلة الحكمـة ، تريد بذلك نفع عباد الله بما دلهم عليه كـتاب الله ، وشهـد به الباحـثون والعلماء ، فـجزاها الله خـيراً ، وبارك في جهودها الطيبة » .

النحل والعسـل في القرآن

ذكر الله سبحانه وتعـالى النحل والعسل الذي يخـرج منه ذكرا جمـيلا في القرآن الكريم ، الذي أنزله رب العالمين رحمة وهدى للناس أجمعين ، فهذه النحلة قـد أودع الله فـيهـا القدرة عـلى صنع العسل ، ذلك الشـراب الطاهر الذي تستمد مـادته من الأزهار الطاهرة ، والنحلة وعسلها من آيات الله التي حدثنا عنهـا في كتابه حديثـا يزيدنا علما وإيمانا ، وقد جـاء العلم الحديث ، فكشف شـيئـا من أسرار النحل وأسـرار العسل ، الذي أجـمله النص الكريم من سـورة النحـل ، قـال تعـالى: ﴿ وأوحى ربك إلى النـحل أن اتخـذي من الجبـال بيوتا ومن الشـجر ومما يعـرشون ثم كلي من كل الثـمرات فاسلـكي سبل ربك ذللا يخرج مـن بطونها شراب مـختلف ألوانه فـيه شفـاء للناس إن في ذلك لآية لقوم يتفكرون ﴾[1] .

(١) سورة النحل: ٦٨ - ٦٩ .

تفسير النص القرآني

﴿ وأوحى ﴾: المراد بالوحي هنا: الإلهام والهداية والإرشاد للنحل أن تتخذ من الجبال بيوتا ومن الشجر ومما يعرشون لتأوي إليها[1] .

﴿ اتخذي ﴾: تشير هذه الجملة من النص القراني إلى حقيقة علمية ، إنها تخاطب النحل بصيغة التانيث ، وقد دلتنا الدراسات العلمية أن خلية النحل جميعا نتاج الملكة الأنثى ، التي تتربع على عرش الخلية ، والعدد الأكبر مما تلده النحلة هو من الإناث الشغالة ، وبعض ما تلده من الإناث ملكات ، أما عدد الذكور فيها فهو ضئيل جدا إذا ما قورن بعدد الإناث ، ومن جهة أخرى . . . فإن دور الذكور أيضا في مملكة النحل محدود للغاية ، فهو قاصر على تلقيح الملكة ، فإذا تم ذلك تهلك جميع الذكور ، ولا يبقى إلا الإناث: الملكة والشغالات والنحل الإناث . والشغالة هي التي تقوم بالأعمال كافة في مملكة النحل . . . ومن هنا يتبين لنا دقة التعبير في قوله تعالى: ﴿اتخذي ﴾[2] .

﴿ ثم كلي من كل الثمرات فاسلكي سبل ربك ذللا ﴾: أذن تعالى للنحل إذنا قدريا تسخيريا أن تأكل من كل الثمرات ، وأن تسلك الطرق التي جعلها الله تعالى مذللة ؛ أي مُسهلة عليها حيث شاءت ، فتراها تطير في البراري الشاسعة ، والأودية ، والجبال الشاهقة ، ثم تعود كل واحدة بيتها لا تحيد عنه يمنة ولا يسرة[3] .

وقوله ﴿ ذللا ﴾: أي مذللة ميسرة سهلة .

---

(١) تفسير ابن كثير: ٢/ ٥٧٥ .

(٢) عليكم بالشفاءين العسل والقرآن ، للدكتور محمد كمال عبدالعزيز ، الأستاذ في جامعة الأزهر .

(٣) تفسير ابن كثير: ٢/ ٥٧٥ .

وقوله تعالى: ﴿ يخرج من بطونها شراب مختلف ألوانه فيه شفاء للناس﴾: تأخذ النحلة من الأزهار رحيقها الذي ينتقل إلى فم النحلة خلال خرطومها الطويل الذي يسحب الرحيق خلاله بوساطة الخاصة الشعرية وحركات عضلات البلعوم .

وعند عودة الشغالات إلى خليتهن فإنهن يتقابلن مع زميلاتهن اللاتي يقمن بعملية استقبال الرحيق ، ثم يقمن بتفريغ حمولتهن من الرحيق ، حيث يحفظ لبعض الوقت ؛ ليبدأ في مرحلة تحول معقدة ، حتى يتحول في النهاية إلى العسل.

إن النحل الذي يجمع الرحيق من الأزهار يبدأ في تعليق نقطة الرحيق في السقف العلوي للفراغ الموجود داخل قرص العسل . وهذه العملية مثيرة للاهتمام ، وعلى درجة فائقة من الأهمية ، حيث إن النقطة المعلقة من الرحيق لها معدل تبخر سريع ، وبذلك يتبخر الماء بسرعة من الرحيق .

ولكي يقوم النحل بعمل كيلو جرام واحد من العسل يجب عليه أن يزور حوالي عشرة ملايين زهرة ، جيئة وذهابا من الأزهار إلى الخلية[(١)] .

وفي قوله تعالى: ﴿ شراب مختلف ألوانه ﴾: أي ما بين أبيض وأصفر وأحمر وغير ذلك من الألوان الحسنة على اختلاف مراعيها ومآكلها منها .

وفي قوله تعالى: ﴿ فيه شفاء للناس ﴾: أي في العسل شفاء للناس ؛ أي من الأدواء التي تعرض لهم وتصيبهم[(٢)] .

وفي قوله تعالى: ﴿ إن في ذلك لآية لقوم يتفكرون ﴾ ؛ أي يعتبرون من العبرة في النحل ، بإنصاف النظر وإلطاف الفكر في عجيب أمرها[(٣)] .

---

(١) عليكم بالشفاءين العسل والقرآن: ٥١ .

(٢) مختصر تفسير ابن كثير: ٢/٣٣٧ .

(٣) التداوي بعسل النحل ، لأبي حذيفة إبراهيم بن محمد .

العسل من طيبات الجنة

قال تعالى: ﴿ مثل الجنة التي وُعد المتقون فيها أنهار من ماء غير آسن وأنهار من لبن لم يتغير طعمه وأنهار من خمر لذة للشاربين وأنهار من عسل مصفى ﴾[1] الآية .

في الآية دليل على أن العسل يوجد في الجنة ، والجنة ليس فيها إلا الطيب من المآكل والمشرب والملبس ، وأنهار الجنة تشقق من بحورها ، وأنهار العسل تجري من بحر العسل ، ففي الحديث عن معاوية بن حيدة رضي الله عنه عن النبي ﷺ قال: (إن في الجنة بحر الماء ، وبحر العسل، وبحر اللبن ، وبحر الخمر ، ثم تشقق الأنهار بعد)[2] . رواه أحمد في مسنده ، والترمذي في سننه .

النحل والعسل في الأحاديث

١ ـ قال صلى الله عليه وسلم: (عليكم بالشفاءين القرآن والعسل)[3].

جمع هذا الحديث بين الطب البشري والطب الإلهي ، وبين الفاعل الطبيعي والفاعل الروحاني ، وبين طب الأجساد وطب الأرواح ، وبين السبب الأرضي والسبب السماوي[4] .

قال بعض العلماء: إن الله جعل في العسل شفاء من الأمراض والآفات، كما جعل القرآن شفاء للصدور من الشكوك والشبهات[5] .

٢ ـ عن عائشة رضي الله عنها قالت: (كان النبي ﷺ يعجبه الحلواء

---

(١) سورة محمد: ١٥ .

(٢) صحيح الجامع الصغير: ٢/٢٢٠ . ورقمه: ٢١١٨ .

(٣) رواه ابن ماجة: ٢/١١٤٢ . ورقمه: ٣٤٥١ .

(٤) كتاب الطب من القرآن والسنة . العلامة موفق الدين عبداللطيف البغدادي .

(٥) المصدر السابق: ص١٣ .

والعسل)[1] .

٣ - عن أبي سعيد: أن رجلا أتى النبي ﷺ فقال: «أخي يشتكي بطنه» فقال: (اسقه عسلا) ، ثم أتاه الثانية فقال: (اسقه عسلا) ، ثم أتاه الثالثة فقال: (اسقه عسلا) ، ثم أتاه فقال: فعلت ، فقال: (صدق الله ، وكذب بطن أخيك ، اسقه عسلا) فبرأ »[2] .

وقوله: (كذب بطن أخيك) دال على أن الشرب منه لايكفي مرة ولا مرتين ، وذاك الرجل كان إسهاله عن شيء ، فأمره عليه الصلاة والسلام بالعسل ، والعسل من شأنه دفع الفضلات المجتمعة في المعدة والأمعاء[3] .

وهذا الحديث يدل على أن العسل فيه شفاء من جميع الأمراض ؛ لأن المصطفى صلوات الله عليه وتسليمه وصفه لهذا الرجل على الرغم من أنه لم يره ، فلو كان العسل شفاء لبعض الأمراض دون بعضها ، لكان يلزم أن يتأكد المصطفى ﷺ من نوع المرض قبل أن يصف له العسل .

وقد يحتاج العسل إلى بعض الوقت ؛ لكي يظهر تأثيره الشافي ، وقد يختلف مقدار هذا الوقت من مرض إلى آخر ، كما وضح من تردد أخي المريض على الرسول ﷺ ، والرسول ﷺ يؤكد له ضرورة الاستمرار في العلاج بسقي العسل[4] .

ولأن العسل من شأنه المساعدة في عملية تحليل الفضلات التي في المعدة والأمعاء لذلك كلما أخذ الرجل العسل زاد استطلاق بطنه ؛ لأن العسل يحلل فضلات المعدة والأمعاء ، فتخرج ، إلى أن أعطاه آخر مرة العسل فمسك بطنه ؛ لأن الفضلات قد خرجت كلها ، وأصبحت معدته نظيفة ، وبالتالي برأ بطن الرجل ، فالحمد لله الذي جعل لكل داء دواء .

٤ - عن جابر بن عبدالله رضي الله عنهما قال: سمعت رسول الله ﷺ

---

(١) البخاري بشرحه فتح الباري: ١٠/١٣٩ . ورقمه: ٥٦٨٢ .

(٢) رواه البخاري في صحيحه ، البخاري بشرحه فتح الباري: ١٠/١٣٩ . ورقمه: ٥٦٨٤ .

(٣) كتاب الطب من القرآن والسنة: ص١٣٣ .

(٤) عليكم بالشفاءين العسل والقرآن ص٥٣ .

يقول: (إن كان في شيء من أدويتكم ، أو يكون في شيء من أدويتكم ، خير ففي شرطة محجم ، أو شربة عسل ، أو لذعة بنار توافق الداء ، وما أحب أن أكتوي)[1] .

أقوال العلماء في فضل العسل وفوائده

١ - قال بعض العلماء: إن الله جعل في العسل شفاء من الأمراض والآفات، كما جعل القرآن شفاء للصدور من الشكوك والشبهات[2] .

٢ - قال الموفق عبداللطيف: العسل في أكثر الأمراض أنفع من السكر ؛ لأنه يفتح ويدر ويجلو ويحلل ويغسل . وهذه الأفعال في السكر ضعيفة .

٣ - وقال الغزالي: انظر إلى النحل كيف أوحى الله إليها حتى اتخذت من الجبال بيوتا ، وكيف استخرج من لعابها الشمع والعسل ، وجعل أحدهما ضياء والآخر شفاء . ومن عجائب أمرها تناولها الأزهار والأنوار ، واحترازها من النجاسات والأقذار[3] .

٤ - وذكر البروفسور الفاضل العُبيد عمر في كتابه (عسل النحل في الطب الشعبي) عن الدكتور كمال الدين حسين الطاهر: أن لعسل النحل قدرة فائقة على الفتك بعدد من الجراثيم والفطريات والطفيليات مثل الأميبا التي تسبب الزحار الأميبي، ومنها الرشاشية التي تفرز سم (الأفلاتوكسين). ومن ناحية علمية فإن إثبات قدرة العسل على قتل طفيليات الزحار ومنع الإسهال ، يؤكد حديث رسول الله ﷺ السابق الذكر يأمر بعلاج استطلاق البطن بعسل النحل .

٥ - وكان عوف بن مالك الأشجعي رضي الله عنه يكتحل بالعسل ، ويداوي به كل من سقم إيمانا بكتاب الله وبقوله تعالى : ﴿ فيه شفاء للناس﴾[4] .

---

(١) رواه البخاري . انظره بشرحه فتح الباري: ١٠/١٣٩ . ورقمه: ٥٦٨٣ .

(٢) الطب من القرآن والسنة: ١٣٦ .

(٣) التداوي بعسل النحل: ٢٦ .

(٤) معجزات الشفاء في الحبة السوداء والعسل والثوم والبصل: ٢٧ .

تركيب العسل

العسل يتألف من مواد مختلفة ذات أهمية حيوية ، قد تصل إلى أكثر من سبعين مركبا ، أما مكوناته الرئيسة فأهمها:

سكر الفواكه بنسبة ٤٠٪ ، وسكر العنب بنسبة ٣٠٪ ، والسكر العادي (سكر القصب) بنسبة تقل عن ٤٪ ، ويوجد في العسل نسبة من الماء ، تتراوح ما بين (١٥ ـ ٢٠٪) .

ويعتمد تركيب العسل على عدة أشياء منها: نوع النبات ؛ أي الزهرة التي أخذ منها الرحيق ، ونوع التربة ، وبعض الأحوال الجوية ، كما يحتوي العسل على حبوب اللقاح والعديد من الخمائر والأحماض العضوية الكثيرة ، التي يعزى لها القيمة العلاجية ، ويتقارب أو يتشابه احتياجات الجسم الطبيعية مع ما يحتويه العسل من المعادن[١] .

ومن أقوال العلماء: إذا بحثنا في كل الكون عن مادة تجمع كل هذه التراكيب بها ما استطعنا أن نجد مثل هذه المادة التي هي عسل النحل[٢] .

وكذلك يحتوي العسل على مجموعة من الفيتامينات التي ترتبط بما تحويه من غبار الطلع ، وكذلك تحتوي على الأنزيمات والأملاح المعدنية المتعددة ، التي لا يمكن لجسمنا الاستغناء عنها ، ويعطي العديد من الخمائر ، التي تلعب دورا مهما في حياة الكائن الحي[٣] .

---

(١) اكتشاف غش العسل: ٩ .

(٢) التداوي بعسل النحل: ٥٤ .

(٣) النحل والزهر والعسل وشيء من الطب الإسلامي: ٣٥ ، لعبدالرحيم إبراهيم خدرج ، مكتبة المنار الإسلامية - الكويت .

بعض الخواص العامة للعسل

أ ـ ألوان العسل:

إن ألوان العسل الصافي مختلفة ، تتراوح ما بين لون الماء الأبيض إلى اللون الغامق القريب من السواد ، مع وجود متغيرات قد تجعله يميل إلى الاخضرار أو الحمرة أو الزرقة . وهناك معايير للألوان في العالم ، ولقياس الألوان أجهزة خاصة متوافرة لدى الشركات التي تتعامل بتسويق العسل ، وصدق الله إذ يقول: ﴿ يخرج من بطونها شراب مختلف ألوانه ﴾ .

كما أن تخزين العسل لفترة طويلة يزيد من درجة تلونه ، فلذا يجب التأكد من تاريخ قطف العسل . وقد تبين للعلماء أن هناك علاقة ما بين لون العسل وما يحتويه من أملاح عضوية ، فقد لوحظ أن ألوان العسل الداكنة اللون؛ أي الأعسال الغامقة ليست بسبب التخزين ؛ وإنما هي غمقة طبيعية تحتوي على أملاح عضوية أكثر من الخفيفة اللون، لذا فقيمتها القلوية عالية ، فهي أكثر نفعا[1] .

وألوان العسل المتعارف عليها أربعة[2] :

١ ـ العسل الأبيض .

٢ ـ العسل الكهرماني الفاتح (الذهبي أو الأصفر الضارب إلى الحمرة).

٣ ـ العسل الكهرماني .

٤ ـ العسل الكهرماني الداكن (الغامق) .

---

(١) اكتشاف غش العسل: ١٩ .

(٢) المصدر السابق: ٢١ .

ويعود اختلاف ألوان العسل لعدة أسباب نستطيع أن نوجزها بالنقاط التالية:

١ ـ اختلاف مرعى النحل .

٢ ـ طول فترة التخزين وقصرها .

٣ ـ درجة حرارة التخزين .

٤ ـ طريقة الفرز والتجنيس .

٥ ـ نوع الخلايا إذا كانت بلدية أو افرنجية .

٦ـ التركيب الكيميائي للتربة .

٧ ـ الأقراص الشمعية المستخدمة (قديمة أو جديدة)[١] .

ب ـ طعم العسل:

طعم العسل حلو ولذيذ جدا بطبيعته ، فهو يفوق السكر العادي والسكر الأسود حلاوة . والمتحكم بطعم العسل هو المواد العطرية التي تمنحها الزهرة، ونسبة سكر الفواكه الموجودة به ، فكلما ارتفعت زادت الحلاوة[٢] .

جـ ـ كثافة العسل:

متوسط كثافة العسل هي ١,٤٠٠ ـ ١,٤٤٠ جرام / سم^{٣} في درجة حرارة (٢٠م) ، وتتغير هذه النسبة من الكثافة إذا كان التخزين سيّئاً ، فيجب حفظ العسل في مكان جاف ومظلم ، ولا يحفظ أبدا في علب معدنية ؛ كي لا يتفاعل مع مكونات العلبة ، فيكون لها مركبات سامة[٣] .

د ـ لزوجة العسل وسيولته:

العسل ذو اللزوجة المنخفضة يكون ضعيفاً ، وهو غير مريح في الاستعمال في البيت .

---

(١) المصدر السابق: ٢٢ .

(٢) المصدر السابق: ٢٣ .

(٣) المصدر السابق: ٢٣ .

وتعتمد لزوجة العسل على ما يلي بالترتيب:

١ - تعتمد لزوجته بدرجة كبيرة على نسبة الماء فيه .

٢ - الكثافة النوعية للعسل (الوزن النوعي للعسل) ، فكلما كانت نسبة الماء قليلة كانت كثافته النوعية ولزوجته عاليتين عند ثبوت درجة الحرارة ، وهي (٢٥م) .

٣ - درجة حرارة العسل ، فكلما زادت درجة الحرارة للعسل قلت لزوجته ، فيصير سائلا أكثر[١] .

هـ - تبلور العسل:

يؤثر تركيب العسل تأثيرا شديدا في خواصه الفيزيائية والكيميافيزيائية ، والتبلور (التحبب) ليس تغيرا كيميائيا بل فيزيائيا فقط ، ويبدأ التبلور في العسل خلال بضعة أسابيع أو أشهر ، ويندر أن يحصل ذلك خلال أيام أو سنوات . وأول مركب في العسل يبدأ بالتبلور هو سكر العنب (الجلوكوز)، وذلك غالبا ما يكون عند درجة حرارة تتراوح ما بين (١٣ -١٥) مئوية ، وإن خاصية التبلور في التركيب السكري تعتمد بشكل واسع على ما في العسل من شوائب دقيقة عالقة ، تكون نواة لنمو التبلور وتكاثره مثل البلورات العسلية الصغيرة جدا ، وفقاقيع الهواء ، وقطع الشمع المتبقية بعد التصفية ، وغبار الطلع ، وغبار الهواء . وغالبا ما يتجمد العسل (يتبلور) تدريجيا عند درجة (١٤) درجة مئوية (سليزية) تقريبا

إن العسل عندما يتصلب قوامه (يتبلور) يصبح على سطحه غشاء رقيق أبيض وحبيبي تزيد سماكته تدريجيا ، ولا تلبث البنية الحبيبية أن تجتاح مجمل كتلة العسل وبشكل تدريجي ، وربما أخذت شكل سحابة بيضاء قبيحة المنظر، ويأخذ مظهرا كريها قد يدفع البعض من الراغبين في شرائه ، والذين يجهلون أسباب هذه الظاهرة إلى الظن بمربي النحل من أنه قد أضاف السكر

---

(١) النحل والزهر والعسل: ١٤٥ .

إلى العسل بإطعامه للنحل. إن هذه التهمة باطلة من أساسها ، وذلك لأن الحكم على ظواهر الأمر تجر إلى الخطأ .

ومثل الذي يدّعي أن العسل لا يتبلور مثل من يقول إن الماء لا يتجمد ، وكل ذلك هو الجهل بخاصية مهمة من خواص العسل كمادة سائلة .

وخاصية تبلور العسل هي أهم دليل على كون العسل طبيعيا ، والعسل الذي لا يتبلور لا يكون طبيعياً في معظم الأحيان ، والعسل إذا تبلور كان طبيعياً ، وهذه علامة فارقة يجب مراعاتها .

وهناك بعض الطرق التي يمكن استعمالها في البيت لإسالة العسل المتبلور منها[1]:

١ ـ وضع قطعة من الخشب في قدر ذات سعة مناسبة ، ثم تضع وعاء العسل على قطعة الخشب تلك ، ثم يصب الماء في القدر إلى أن يغمر معظم إناء العسل ، وبعد ذلك تضع القدر بما فيه فوق لهب صغير إلى أن يسخن الماء لدرجة (٦٢)مئوية تقريبا ، ثم نطفئ اللهب ونترك وعاء العسل في هذا الماء لمدة (نصف ساعة) أو أقل ، فيذوب ما فيه من عسل ، ولا يتجمد ثانية إلا بعد (٦-٩) شهور .

٢ ـ نشعل فرن الغاز لمدة (٥) دقائق ليلا قبل النوم ، ثم نطفئه ، ونضع وعاء العسل فيه إلى الصباح ، فيصبح العسل ذائبا ، وحذار أن تضع أوعية العسل مباشرة فوق النار ؛ لأن ذلك متلف للعسل[2] .

---

(١) المصدر السابق: (تبلور العسل): ص ١٤٠ـ ١٤٢ .

(٢) المصدر السابق .

طرق التعرف على نقاء العسل وسلامته

بعض الناس يضع أصبعه في العسل السائل ، ثم يرفعه إلى أعلى ، فإذا كان خيط العسل متصلا دلّ على أن العسل سليم غير مغشوش ، أما إذا انقطع خيط العسل فيدل على عكس ذلك ، وهذه الطريقة ليست دقيقة ؛ وذلك لأن العسل إذا ارتفعت درجة حرارته عن (٤٠) م فإنه يفقد معظم لزوجته ، ولا يعود متماسكا كما كان عندما كانت درجة حرارته (٢٥) م .

ومن الناس من يجعل العسل الهابط من طرف أصبعه يقع على رمل نظيف بشكل خيط مستقيم ، ثم ينظر بعد ذلك كيف أن هذا الخيط يتقطع إلى قطع تكاد تكون متساوية ، ولا تلبث أن تتكون منها حبيبات تبقى متماسكة على السطح الرملي ، فإذا كانت الحبيبات متماسكة كحبيبات الزئبق، دلّ ذلك على أن العسل لزج ونسبة الماء فيه تحت الحد المطلوب ، وأما إذا غار سائل العسل في الرمل ، فإنه يدل على أن العسل غير لزج ، ونسبة الماء فيه عالية . ولكن هذه الطريقة ليست دقيقة كذلك ، لعدم مراعاة درجة الحرارة ، ولكنها على كل حال مطمئنة[1] .

ومنهم من يضع عود ثقاب في العسل ، ثم يحاول إشعاله بعد ذلك ، فإذا اشتعل دلّ على أن نسبة الماء في العسل تحت الحد المطلوب ، وهذه الطريقة صحيحة إلى حد ما[2] .

وهناك طريقة شعبية بسيطة لكشف غش العسل بالسكر وهي أن نضع شيئا قليلا من العسل المراد فحصه في ملعقة أكل ثم نسخنه على النار فنرى أن العسل ، إن كان غير مغشوش ، يبدأ بالغليان الشديد ، ويُشكل رغوة صافية ، ليس فيها شيء من السواد وتغير اللون . أما إذا كان العسل

---

(١) المصدر السابق: ١٤٥ ، ١٤٦ .

(٢) المصدر السابق: ١٤٦ .

مغشوشا، فإنه يحترق مكونا مادة سوداء كربونية دلالة على وجود السكر فيه[1] .

وإذا غطيت جزءاً من سطح ورقة بيضاء بالعسل ، ثم أشعلت فيها النار، فإن الورقة تحترق ولا يحترق العسل ، بل يسيل على الأرض ، وهذا يدل على أن العسل ليس مغشوشا بالسكر .

مقارنة بين العسل الحقيقي والعسل المغشوش من ناحية الجدوى العلاجية

في التجربة التي قام بها كل من الدكتور محمد علي البني والدكتور عادل قنديل رئيس قسم العقاقير (فارماكولوجي) بالهيئة القومية للرقابة والبحوث بمصر ؛ لمقارنة تأثير كل من العسل الحقيقي والعسل المغشوش في التئام الجروح ، فقد تم إحضار (٦٠) ، فأرا وأحدث في الجميع جرح في الظهر قدره (١٠ مليمترات) ، نصف المجموعة عولجت بالضماد ، والنصف الثاني عن طريق الفم . الضماد كان على ثلاثة أنواع (العسل الحقيقي ، العسل المزيف ، المحلول الفسيولوجي) كل (١٠) فئران تعالج بنوع واحد من الضمادات . أما التي عُولجت عن طريق الفم فكان غذاءها (العسل الحقيقي، العسل المزيف ، المحلول الفسيولوجي) . كل (١٠) فئران تعالج بنوع واحد من هذه الأغذية ، مع العلم أن الفترة العلاجية استمرت سبعة أيام ، فظهر من التجربة أن تناول العسل أفضل وأسرع في التئام الجروح من استخدامه كضماد، وهو أفضل في الحالتين من المحلول الفسيولوجي (سكر + ماء)[2] .

---

(١) المصدر السابق: ١٥٠ .

(٢) اكتشاف غش العسل: ص١٤ .

الاستعمالات الطبية للعسل

مع أن العسل كان معروفا من قديم الأزمان إلا أن استعماله في الطبابة تأخر حتى ظهور الإسلام وتنويه القرآن الكريم به في سورة النحل . قال تعالى: ﴿ **وأوحى ربك إلى النحل أن اتخذي من الجبال بيوتا** . . ﴾[1] الآية . وأضفى عليه القرآن صفة الخلود ، فجعله غذاء في الآخرة ، فقال سبحانه في سورة محمد: ﴿ **وأنهار من عسل مصفى** ﴾[2] . ووصفه الرسول ﷺ علاجا لبعض الأمراض ، وحضّ على استعماله بقوة ، وتطور الأمر واكتشف الطب الحديث أهميته ، فصار يصفه دواء ، ويصنع منه المراهم[3] .

ويمكن إجمال استعمالات العسل الطبية فيما يلي:

١ ـ العسل ملين طبيعي ، مطهر للأمعاء ، يفيد في حالات الحميات والالتهابات المعوية .

٢ ـ يمنع نمو البكتريا ، ويؤدي إلى قتلها بما يحتويه من مضادات حيوية .

٣ ـ يساعد على سرعة التئام التقرحات والسطوح الملتهبة بسبب فعله الماص ، ويظهر فعله الماص هذا بعد وضعه على السطح المتعري ـ بوقت قصير ـ حيث يتم نمو وتشكيل الأنسجة المصابة ، والأنسجة المتحببة GRANALATION TISSUE وهو غير سام ، وغير محرش ، ولا يؤذي الأنسجة لا موضعيا ولا بصورة عامة .

٤ ـ إذا قلت إفرازات الثدي ـ من الحليب ـ فيجب الإكثار من تناول العسل، فينبه الغدد ويفيد الطفل الرضيع .

---

(١) سورة النحل: ٦٨ - ٦٩ .

(٢) سورة محمد: ١٥ .

(٣) الطب من الكتاب والسنة ، هامش: ص١٣٠ - ١٣١ .

٥ ـ يعالج العسل الكساح ـ لين العظام عند الأطفال ـ لاحتوائه على الفيتامين (د) ، وذلك بإضافته لتحلية الشراب الساخن ، وإعطاء الشراب للطفل، أو بغلي ورق الجوز ، وإضافة قليل من العسل إلى هذا المغلي ، فيكون شرابا لذيذا ومفيدا للأطفال في الكساح .

٦ ـ سعال الأطفال والبحة: فنجان حليب ساخن مُحلى بالعسل يعطى للطفل فيزيل البلغم ، ويخفف السعال وكذا البحة ، وينقي الحبال الصوتية ، يعطى للطفل بدرجة حرارة يتحملها الطفل .

٧ ـ يفيد العسل في تنقية جهاز التنفس ، واستنشاق أبخرته ينظف القصبة الهوائية والشعب التنفسية العليا ، إذا استمر العلاج بهذه الطريقة أسبوعا.

٨ ـ السعال الديكي للأطفال: خذ ٢٥٠ غرام خرُّوب وضعها بلتر ماء ، واطبخها إلى أن تصير كالشراب ، أضف إلى هذا ٢٥٠ غرام عسلا ، واطبخ الجميع مرة أخرى ، وأعط منه الطفل كل نصف ساعة ملعقة صغيرة .

٩ ـ وصفة أخرى للسعال الديكي: مقدار من الخوخ في لتر ماء يغلى إلى أن يتبخر نصف الماء ، وبعده يضاف ٥٠٠ غرام من العسل ، ويوضع على نار هادئة ، إلى أن يصبح بحالة شراب ، أعط المريض ٤ مرات يوميا ، كل مرة ملعقة كبيرة ، لمدة أسبوع ، فلا يبقى للسعال الديكي أي أثر .

١٠ ـ النزلات الصدرية عند الأطفال: تعالج بمنقوعات صدرية (زهر الزيزفون، بابونج ، الخطمي ، الخثمية) وتحلى بالعسل ، ويمكن إعطاؤه للأطفال والكبار على حد سواء في جميع الأمراض الصدرية .

١١ ـ البرد مع بحة الصوت وسيلان الأنف:

وصفة ١ ـ خذ كل ساعة ملعقة صغيرة من العسل السائل فقط لا غير.

وصفة ٢ ـ خذ ملعقة عسل كبيرة وامزجها بصفار بيض ، وامزج الجميع بملعقتين من زيت اللوز ، ويجب أن تأخذ كل ساعة ملعقة صغيرة من هذا المزيج .

١٢ ـ سعال مصحوب بنفث الدم:

وصفة ١ ـ يعالج بمزيج من العسل والخوخ على نار هادئة .

وصفة ٢ ـ اطبخ على نار هادئة بذر الشمر مع العسل ، وخذ هذا كالشاي.

١٣ ـ أمراض تجويف الفم: كالبثور والتقرحات ... الخ:

أولا: الحِمْية .

ثانيا: تناول العسل باستمرار ، يعني يوميا كالغذاء أو كالشراب ، ثم عمل الغرغرة ، وهو أن تأخذ قليلا من العسل وتذوبه في منقوع الخثمية وتتغرغر .

١٤ ـ قرحات صغيرة بالمعدة ... خذ منقوع الزيزفون وحلّه بالعسل بمعدل ملعقتين أو ثلاث لكل فنجان ، تنكمش التقرحات الصغيرة ثم تشفى .

١٥ ـ القرحات المعدية والاثني عشر: يساعد العسل على شفاء القرحة المعدية والاثني عشرية ، فينظم الحموضة وكمية عصارة المعدة . وقد عولج الكثير من المرضى بقرحة المعدة وقرحة الاثني عشر بالعسل لمدة ثلاث سنوات ، فاختفت آلامهم عقب العلاج ، وتحسنت شهيتهم ، وقلت حموضة معدتهم .

١٦ ـ ولقد ثبت أن المواظبة على أكل العسل بانتظام يشفي من التهاب الكبد وآلام المرارة ، ويزيد من مقاومة الجسم للعدوى ، بما يقوم به الكبد من تكوين ترياق لسم البكتريا ، ويكون العسل مساعدا له .

١٧ ـ التهاب البلعوم والحلق والحنجرة: يعالج بالحمية وتناول العسل كغذاء وشراب .

١٨ ـ الدفتريا: مرض الغشاء الكاذب . العسل يقتل بيض هذا المرض ، ويمنع تقدمه عند ابتداء المرض ، وذلك بعمل ضماد من العسل حول العنق .

١٩ ـ الرشح: العسل يقتل جميع الميكروبات ، ولا يدع بيضها يفقس .

٢٠ ـ الأنفلونزا: تعالج بتناول كأس منقوع شاي مع ملعقة كبيرة من العسل، والراحة في السرير ، وتكرر العملية مساء[١] .

٢١ ـ للجروح: يدهن بالعسل مع تضميده وتجنب البلل ، ولا تنزع إلا كل ثلاثة أيام ، وستفاجأ باندمال الجرح والتآمه بلا تقيحات ، واحذر أن يكون العسل مغشوشا .

٢٢ ـ للحروق: يؤتى بالعسل ويخلط مع قدره من الفزلين ، ويدهن به الحرق صباحا ومساء حتى يتقشر الجلد المحروق ، ولسوف تجد بقدرة الله أن الجلد كأنه لم يحرق من قبل . أو تضرب بيضة في ملعقة عسل ويدهن بذلك مكان الحريق يوميا ، فإنه مفيد كذلك .

٢٣ ـ لعلاج الأرق: كوب من اللبن الدافئ يحلى بملعقة عسل كبيرة ، وتشرب قبل النوم بساعة ، بعدها سرعان ما تنام نوما هادئا ممتعا حتى أذان الفجر إن شاء الله .

٢٤ ـ للأمراض النفسية والجنون: لو داوم المريض عل أكل العسل وسلم ظهره لـلدغ النحلات مع دهن العسل للدغه بعد ذلك ، واستمر على ذلك ، ولو كل شهر مرة ، مع استمرار أكل العسل ، ومضغ شمعه كالعلك، والدهن لمؤخرة الرأس بغذاء الملكات قليلا ، فلن ينقضي عام بإذن الله ويهنأ في حياته ، نعم العاقل العابد لربه بحق .

٢٥ ـ لجميع أمراض العيون: اكتحل بالعسل صباحا وقبل النوم مع تناول ملعقة بعد ذلك يوميا ، فلقد جربت أنا شخصيا ذلك حينما أصبت بتراخوما ، والعجيب أن أطباء العيون يقولون إن التراخوما لا تزول لما يرونه من فشل أدويتهم ، أما دواء الله (العسل) فقد أزالها وعن تجربة .

---

(١) الطب من الكتاب والسنة: هامش ص ١٣١ - ١٣٢ .

٢٦ ـ للحموضة: لم أكن أنا شخصيا أعاني من أي مرض ولله الحمد ، وذلك لكثرة تناولي للعسل ، وفجأة انقطعت عنه ، وكنت قد أصبت (بالأميبالولي) فاستعملت بإشارة طبيب (حبوب الفلاجيل) التي كانت تضرني ، لما أحدثته من آثار جانبية مؤذية منها (الحموضة) ، فتوقفت عن (كورس) العلاج ، واستعملت الثوم والعسل ، فانتهت الحموضة ومعها الأميبا ، وذلك ببلع فص ثوم على الريق بكوب لبن محلى بملعقة عسل لمدة خمسة أيام ، كان كل شيء ولله الحمد انتهى . وصدق القائل: (إن العسل أحسن صديق للمعدة) .

٢٧ ـ لعلاج الإسهال: ذكرنا سابقا حديث الرجل الذي استطلق بطن أخيه . فالعسل من الأدوية الفعالة لعلاج الإسهال .

٢٨ ـ للإمساك: نقيض الإسهال ، يؤخذ له كوب من اللبن البارد المذاب فيه ملعقة عسل صباحا ومساء ، فإنه يلين المعدة ويطهرها تطهيرا .

٢٩ـ للتقيؤ (الطرش): يغلى القرنفل جيداً ، ويحلى بعسل ، ويشرب فنجان قبل كل أكل ، فإنه يوقف القيء ويمنع الغثيان .

٣٠ ـ للقرحة: يؤخذ نصف كوب عسل ، وكوب لبن ساخن ، ويمزجا سويا مع طحين قشر الموز المجفف قدر ملعقة صباحا ومساء لمدة شهر ، ولسوف ترى عجبا بعد عافيتك بعون الله من القرحة تماما ، ولن تبتلى بمشرط الجراح إن شاء الله .

٣١ ـ لعلاج البخر (إنتان رائحة الفم): تأخذ ملعقتين من العسل المذاب في ماء مغلي على نار هادئة حتى يتكون البخار ويستنشق عن طريق الفم ، من خلال قمع مقلوب فوق الإناء ، وتكرر هذه الجلسة مع استمرارية مضغ شمع العسل ، ولن تطول حتى تجد مع الأيام زوال البخر تماما بمقدرة الله عز وجل .

٣٢ ـ للقوباء: يعصر الشبت ويلقى قدر فنجان في نصف كوب عسل ، ويغلى المزيج ، ثم يحفظ في وعاء زجاجي ويدهن به للقوباء ، فإنه يزيلها بسرعة .

٣٣ ـ آلام اللثة وتقوية الأسنان: يخلط العسل بالخل ، ويتمضمض به صباحا ومساء ، وكذلك تدليك اللثة بالعسل واستعمال السواك كفرشاة الأسنان ، والعسل كالمعجون أعظم واقٍ للأسنان من التسوس ، ومقوي اللثة والأسنان معا .

٣٤ ـ للدوالي: لجميع الدوالي وقرحتها يستعمل كدهان ثلاث مرات يوميا مع المساج ، ويشرب ملعقة كذلك بعد كل أكل ، ويستمر على ذلك بصبر حتى تزول الدوالي تماما .

٣٥ ـ للقروح المتعفنة والغرغرينا: يؤخذ فنجان من العسل ، فنجان من زيت كبد الحوت ويمزجان جيداً ، ويدهن من ذلك بعد تنظيف الجرح بمطهر (وهو عسل في ماء دافئ) ويضمد عليه بشاش ، وتكرر يوميا هذه العملية مع شرب العسل بكمية وافرة يوميا ، قدر فنجان .

٣٦ ـ للأورام الخبيثة: يستعمل غراء النحل لذلك ، وذلك بتضميد الورم بالغراء مع التنظيف المستمر والتغيير يوميا ، مع أخذ ملعقة صباحا ومساء قبل النوم .

٣٧ ـ الربو: يؤخذ عسل قدر فنجان وسكنجين وخل عنصل قدر ملعقة من كل ، ويلقى مع العسل في إناء به ماء ، ويذاب جيدا ، ويشرب على الريق يوميا ، فإنه بعون الله ، خلال أسابيع ينهي مأساة الربو تماما.

٣٨ ـ السل الرئوي: يمزج شراب الورد بقدره من العسل ، ويشرب فنجان صباحا ومساء ، ويدهن الصدر والعنق بزيت الزيتون المضروب في العسل قبل النوم ، ويستمر على ذلك حتى يعافيه الله ، وهو على كل شيء قدير...

٣٩ ـ لتقوية عضلة القلب: تؤخذ ملعقة عسل من حين لآخر ، وتذاب في قليل من الماء المغلي في قشر الرمان ، فإنه يدعم القلب ويقويه جدا ، كذلك لو أخذ غذاء الملكات قدر ثلاث قطرات ومن العنبر ، فإن ذلك يقوي القلب وينشطه للغاية .

٤٠ ـ لعلاج التـهابات عضلة القلب والرعـشة: يشرب على الريق يوميـا كوب من الماء البارد المحـلى بملعقتين من العـسل ، ويستـمر ذلك حتـى تنتهي الرعشة ، وذلك قد لا يتعدى الاسبوع .

٤١ ـ لغط القلب: بعـد كل أكل يومـيا ، ولمـدة شهـر فقط ، تـناول ملعقـة عسل ، بعدها يمكنك شرب كوب عصـير جزر أو عصير قمح منبت ، واجعل كل دقة منه حمدا منك وشكرا لله عز وجل .

٤٢ ـ لالتهابات الفم وأورام اللسان: توضع ملعقة عسل في نصف كوب ماء ساخن ، ويتغرغر به ثلاث مرات يومـيا ، فإنه يقضي على ذلك خلال أيام قليلة .

٤٣ ـ لأمـراض الآذان وآلامـهـا: يمزج العـسل في مـاء مع قـليل من الملح ، ويقطر به في الأذن قبل النوم يوميا .

٤٤ ـ للرومـاتيـزم: يشرب العـسل مـذابا مع ملعـقة صـغـيرة مـن دهن الحبـة السـوداء في كـوب مـاء دافئ ، وذلك مع الدهن ، كـذلك بمزيج من دهن الحبة السوداء ، وزيت الكافور ، وزيت الزيتون ، بمقادير متساوية مـعـا والعـسل ، وذلك قـبل النوم ، مـع لف مكان الألم بقـمـاش من الصوف بدون ضغط ، وكذلك لسع النحل يقـضي على الروماتيزم تماما في مكان الألـم ، يدهن بعد ذلك بالعسل مكان اللسعة .

٤٥ ـ الاستسقاء: يشرب مغلي الكندر (الـلبان الذكر) المحلى بعسل صباحا ومساء ويمـكن كية بسيطة أعلى وأسـفل السرة بقدر أنملة ، فإنـه مجرب لتصـفية الاسـتسـقاء تماما ، مع الحـمية من أكل اللـحوم والاعتـماد على الشوفان والعسل وخبز القمح ، وذلك لمدة ثلاثة أيام فقط .

٤٦ ـ للشـعلبـة: يحـلق مكانهـا وينظف جـيـدا حـتى تدمـى ، ثم تدهن بسم النحل، ويلصق عليـها بضـمـاد يغيـر يوميـا في الميعـاد نفسـه لمدة أسبـوع فقط .

٤٧ ـ للكالو (الثآليل): يوضع غراء النحل بعد تسخينه على الثالول ، ويربط

بإحكام ، ويترك لثلاثة أيام حتى يسقط الثالول بجذوره ، ويمكن أن تكرر .

٤٨ ـ للحصوة الكلوية: يطبخ ورق خبازي بري ، ثم تضاف إليه ثلاث ملاعق عسل وملعقة سمن بقري ويصفى جيدا بعد خلطه سويا ، ويشرب منه كوب عند المغص الكلوي ، فإنه عجيب ، ويستمر على ذلك لمدة اسبوع ، حتى تفتت الحصى وتطرد بإذن الله .

٤٩ ـ لجميع أمراض الكبد: يؤخذ لحاء البلوط بعد طحنه جيدا ، وتؤخذ منه ملعقة تعجن في فنجان عسل ، ويؤخذ ذلك على الريق يوميا لمدة شهر بلا انقطاع .

٥٠ ـ للقوة والحيوية والشباب: إنها نصيحة ذهبية ، لا تدع يوما يمر بك دون ملعقة من العسل وكأنه الماء ، اعتبرها عادة في كل العمر ، في أي وقت تشاء ، لا تدع تناول هذه الملعقة من العسل ، ولذا قال ابن سينا الشيخ الرئيس: إذا أردت أن تحتفظ بشبابك ، فاطعم عسلا . . .
كذلك لو غلي ورق الجوز جيدا ثم يصفى ويحلى بالعسل ويشرب كالشاي يوميا ، فإنه مقوي ومنشط .

٥١ ـ لأمراض النساء والولادة: لو شربت المرأة عند بدء الطلق فنجان عسل، فإنها ستلد بيسر وسهولة ، ولتكثر من أكل العسل بخبز القمح البلدي بعد الولادة ، ولإدرار الطمث ، وللقضاء على آلامه تشرب كوباً من الحلبة المغلية جيدا وتحليها بعسل ، وذلك في الصباح والمساء ، والدش المهبلي بالعسل والماء الدافئ مريح للمرأة ، بدل الكشط المهبلي وغسيل الرحم المؤلم والضار .
عموما العسل للمرأة يجعلها تحيا حياة كلها عسل بتقوى الله سبحانه وتعالى .

٥٢ ـ للعقم: يؤخذ غذاء الملكات (جديد) أي فور استخراجه ، ويشرب بعده كوب من حليب البقر ، عليه برادة قرن وحيد القرن قدر(٣) مليجرام ، ويستمر على ذلك لمدة شهر كامل ، فإذا شاء الله أن يمنحه الذرية كانت البشرى ، والله على كل شيء قدير . بالنسبة للمرأة تضع طلع النخل

ممزوجا بعسل في رحمها قبل المباشرة بقليل ، ولتدعو الله أن يمنحها ذرية صالحة .

٥٣ ـ للسرطان: يؤخذ غذاء الملكات من الخلية مباشرة قدر (١٠٠) جرام كل أسبوع مرة ، ويبلع العسل بشمعة كل يوم قدر فنجان ، مع تدليك الجسم بالعسل ودهن الحبة السوداء ، ثم الاغتسال بماء دافئ ، بعد ساعة يشرب طحين الحبة السوداء والعسل في عصير جزر يوميا .

٥٤ ـ للبرص والبهاق: يخلط العسل بالنشادر ويدهن به يوميا ، فإنه بالاستمرار والصبر يجلو البهاق والبرص .

٥٥ ـ للسموم: تضاف ملعقة دهن السمسم على فنجان عسل ، ويشرب ذلك صباحا ، وفي المساء يشرب عسل مذاب في كوب لبن ساخن عليه قطرات من العنبر ، ويكرر ذلك يوميا لمدة ثلاثة أيام مع الحمية عن أكل اللحوم .

٥٦ ـ للبروستات: يؤخذ يوميا غذاء الملكات مع الخلية مباشرة قدر (٥٠) مليجرام مع حَمَّامٍ للمكان بماء دافئ مذاب فيه عسل ، ويا حبذا مساء ، ولمدة شهر .

٥٧ ـ للحساسية: يضاف إلى فنجان من العسل الفزلين ودهن الورد ، ويدهن مكان الحساسية صباحا ومساء ، مع تجنب المثيرات للحساسية كالبيض والمانجو ، وليكن مع الدهان أخذ ملعقة عسل يوميا[1] .

٥٨ ـ استخدام العسل بعد العمليات: يتعذر على المريض الذي أجريت له عمليات جراحة في الوجه والفكين أن يقوم بمضغ الطعام ، كما أنه يجد صعوبة بالغة في البلع ، ويكون العسل في هذه الحالة غذاء لانظير له ؛ لأنه يمكن تناوله بكميات كبيرة بدون مضغ ، ويمكن تناول العسل في صورة شراب الورد البري الحلو ، أو ممزوجا في عصير بعض الفاكهة . كما يمكن أن يؤخذ ممزوجا بالفيتامينات والزلاليات

---

(١) معجزات الشفاء في الحبة السوداء والعسل والثوم والبصل: ٣٠ - ٤٣ .

والكالسيوم[1] .

٥٩ - لعلاج آلام العضلات: أضف ملعقتين كبيرتين من العسل إلى ملعقة صغيرة من دهن الحبة السوداء ، في نصف كوب من الماء الدافئ ، ثم خذ ملعقتين من هذا الخليط يومياً بعد كل وجبة طعام ، ولمدة اسبوعين على الأقل .

هذه الوصفة أيضاً لها القدرة على إزالة اختلاجات وتشنجات العضلات التي تظهر من حين لآخر في أثناء الليل في عضلات الساق والقدم .

٦٠ - لعلاج النحافة والناقهين من الأمراض: يؤكل عسل النحل بالخبز بمقدار نصف فنجان مع قطعة صغيرة بالإضافة إلى نصف تفاحة وموزة واحدة. يتم تكرار هذه الوصفة ثلاث مرات يوميا بعد كل وجبة طعام على أن يستمر الشخص فيها لمدة شهر على الأقل .

٦١ - لعلاج التبول اللاإرادي عند الأطفال: أعط الطفل ملعقة كبيرة من عسل النحل الصافي مباشرة قبل ذهابه للنوم ، فالعسل هنا له قدرة على امتصاص الماء من الجسم ، وفي الوقت نفسه يسكن أعصاب الطفل . استمر في هذا العلاج إلى أن يتوقف الطفل عن التبول في الفراش . فبعض الأطفال يتوقفون عن ذلك في سن سبع سنوات ، والبعض الآخر يتوقف عند سن البلوغ ، ولا تحاول أن توقظ الطفل في منتصف الليل للتبول ، فهذا لن يفيده شيئا .

وابتعد عن تعنيف الطفل ، أو الإساءة إليه ، أو ضربه ، فهذه العادة لا إرادية ، ولا يفعلها عن قصد ، فهو بريء ، ولا ذنب له فيها[2] .

---

(١) عليكم بالشفاءين العسل والقرآن .

(٢) عسل النحل في الطب الشعبي .

لماذا نفشل في العلاج بالعسل

ذكرنا سابقا أنه لا بد من التحري عن العسل الطبيعي الخالي من الغش التجاري كخطوة أولى ، ثم لابد من أخذ النوع المفضل من العسل لكل حالة مرضية ؛ فالعسل يختلف بعضه عن بعض في بعض المكونات التي تكون متوفرة في نوع وغير متوفرة في الأنواع الأخرى ، ويكون لها قيمة علاجية فعالة في حالات معينة من الأمراض . كما يجدر التنبيه إلى كمية العسل التي يجب أن تؤخذ ، فالجرعة العلاجية للعسل يجب أن تتراوح ما بين (١٠٠جرام ـ ٢٠٠جرام) ، وتؤخذ بالطريقة التالية:

١ـ ٣٠-٦٠ جرام في الصباح .

٢ـ ٤٠-٨٠ جرام في الظهر .

٣ـ ٣٠-٦٠ جرام في المساء .

ويجب أن يؤخذ العسل قبل الأكل بساعة ونصف أو ساعتين أو بعده بثلاث ساعات ، كما أن الفترة العلاجية بالعسل قد تطول ربما إلى شهرين حسب الحاجة[١] .

(١) اكتشاف غش العسل: ٥٩ .

كيف تشتري العسل

عند شرائنا للعسل نتردد كثيرا ، ونحن غير ملومين بسبب اتساع يد الغش لإفساد العسل ، وكذلك بسبب ضعف خبرتنا في هذا المجال ، ولكن على العموم هناك ملاحظات عامة يجب أخذها بالاعتبار وهي :

١ ـ يجب شراء العسل من الناس الموثوقين ، ويتم البحث عنهم بالتحري ، وملاحظة السند الذي مر به العسل من مصدره حتى وصوله إلى يديك ، فهذه عادة عربية توثق الخبر المنقول .

٢ ـ يفضل العسل البلدي الذي تمت تعبئته مباشرة دون أن يتعرض لحرارة التعبئة .

٣ ـ بالدرجة الأولى ابحث عن العسل الربيعي ، وذلك من ملاحظة التاريخ الافرنجي للإنتاج ، وعادة يوضع على العلبة ، فإن العسل الربيعي هو أجود أنواع العسل، أما إذا تعذر فالعسل الصيفي ، أما الشتائي فلا تشتريه .

٤ ـ الحذر من شراء العسل المحفوظ بأوعية معدنية ، وذلك بسبب حموضة العسل التي يمكن أن تتفاعل مع معدن الوعاء ، مؤدية إلى تسرب بعض المعادن إلى العسل (ربما مركبات سامة) .

٥ ـ معرفة منطقة المنحل وطبيعة المرعى الذي تتغذى منه النحل ، فالعسل الموجود على طبيعته في الجبال أو في أشجار الغابات غير العسل المنتج في المزارع.

٦ ـ العسل المنتج في مزرعة كبيرة تحتوي على أصناف كثيرة من الأزهار أفضل من العسل المنتج في مزرعة فقيرة بأنواع محددة من الأزهار .

٧ ـ في حالة تعثر الحصول على عسل حسب الأوصاف السابقة استخدم طريقة "الخلط" ويتم فيها خلط كميات متساوية من أنواع العسل المختلفة لدعم بعضها بعضاً ، على شرط أن تكون هذه الأنواع مفسوحة تجاريا ، وتم فحصها ، وعادة أنواع العسل المستورد تكون مفحوصة قبل نزولها

السوق وذلك لغرض تنويع المرعى .

٨ ـ لاحظ أن العسل المغشوش يسبب الإحساس بالحموضة في الجوف بعد دقائق من تناوله ، أما العسل النقي فلا يسبب هذا الشعور ، بل إنه يخفض من درجة الحموضة إذا كانت المعدة مريضة وإفرازاتها الحمضية زائدة .

٩ ـ لاحظ أن العسل النقي له قوام جيلاتيني مطاط عند تناوله بالملعقة بينما العسل المزيف ليس له هذا القوام .

١٠ ـ احذر العسل المخزن مع الشمع لأن مدة صلاحيته لاتتعدى أسابيع ثم تظهر الحموضة أو التعفن أو الاثنان معا فيه مما يفقده قيمته العلاجية ، ولكن حفظ الشمع وهو مغطى بالعسل تماما يمكن أن يجنبه الإشكالات أعلاه ويبقي جودة الشمع وما يحتويه من مواد مفيدة .

نصائح للمستهلك للمحافظة على جودة العسل

عن تميم بن أوس الداري رضي الله عنه أن النبي ﷺ قال: (الدين النصيحة) . قلنا لمن ؟ قال: (لله ولكتابه ولرسوله ولأئمة المسلمين وعامتهم)[1] .

فنجمل بعض النصائح التي يمكن من خلالها المحافظة على جودة العسل:

١ ـ أن يحفظ في أوان جافة محكمة الإغلاق .

٢ ـ عند تناول العسل تستعمل ملعقة جافة .

٣ ـ عدم وضع الأواني في الثلاجة بل تترك في المطبخ أو المخزن محكمة الإغلاق ، وذلك لأن العسل يجذب الرطوبة فتفسده[2] .

٤ ـ وكذلك عدم وضعه في أوان معدنية ، بل يوضع في أوان بلاستيكية ؛ لأن بعض مكونات العسل تتفاعل مع المعدن فتفسد العسل .

---

(١) أخرجه مسلم في كتاب الإيمان باب بيان أنه لا يدخل الجنة إلا المؤمنون .

(٢) النحل والزهر والعسل: ص١٢٩ .